

Test osobnosti dle temperamentu

Lidská osobnost je jedinečná, ale určité rysy a vzorce chování nás spojují do skupin, které lze popsat pomocí temperamentů. Typologie temperamentů sahá až do antického Řecka, kde byly definovány čtyři základní typy: **sangvinik**, **choleric**, **flegmatik** a **melancholik**. Každý z těchto typů má své specifické vlastnosti, které ovlivňují, jak lidé vnímají svět, komunikují a reagují na různé situace.

Tento test vám pomůže lépe porozumět, jaký typ temperamentu u vás převažuje, a nabídne možnost poznat své silné stránky i oblasti, které můžete dále rozvíjet. Odpovídejte upřímně a získáte cenný pohled na svou osobnost.

DŮLEŽITÉ:

1. Sečtete body za odpovědi podle jednotlivých možností: zvlášť pro a, b, c a d. Tím získáte součet bodů pro každý typ temperamentu. Na konci budete mít například (a–20, b-40, c-10, d-30)
2. Každá odpověď má hodnotu 5 bodů. Na konci výsledky ukážou, z jakých typů osobnosti skládá váš temperament. A v jakém procentuálním poměru podle jednotlivých typu.

Otázky:

1. **Jak reagujete, když čelíte nečekané změně?**
 - a) Přizpůsobím se rychle a vidím to jako příležitost.
 - b) Beru to jako výzvu a okamžitě hledám řešení.
 - c) Přijímám změnu, ale potřebuji na to více času.
 - d) Cítím se nejistě a raději bych se změně vyhnul/a.
2. **Jak řešíte konflikty?**
 - a) Diskutuji o nich s ostatními a hledám kompromis.
 - b) Otevřeně je řeším a hledám rychlé řešení.
 - c) Snažím se jim vyhnout a udržet klid.
 - d) Přemýšlím nad nimi do hloubky a zvažuji všechny možnosti.
3. **Jak se cítíte, když pracujete ve skupině?**
 - a) Užívám si spolupráci a rád/a přispívám svými nápady.
 - b) Přirozeně přebírám vedení a organizuji ostatní.
 - c) Jsem spíše v pozadí a soustředím se na klidnou spolupráci.
 - d) Jsem soustředěný/á na kvalitu své práce a dávám pozor na detaily.
4. **Jak reagujete na kritiku?**
 - a) Diskutuji o ní a snažím se ji pochopit.
 - b) Používám ji jako motivaci ke zlepšení.
 - c) Přemýšlím o ní, ale ne vždy na ni reaguji.
 - d) Beru ji osobně a mám tendenci se uzavřít.

5. **Jak trávíte volný čas?**
 - a) Vyhledávám společnost přátel a nové zážitky.
 - b) Věnuji se svým projektům a cílům.
 - c) Odpočívám a užívám si klidné aktivity.
 - d) Čtu, přemýšlím a věnuji se introspekci.

6. **Jak reagujete, když se něco nedaří podle plánu?**
 - a) Řeknu si, že se to stává, a zkusím najít něco pozitivního.
 - b) Ihned hledám alternativní řešení a situaci napravím.
 - c) Snažím se uklidnit a počkat, až se situace vyjasní.
 - d) Mám tendenci o situaci přemýšlet do hloubky a hledat chyby.

7. **Jaký styl práce vám nejvíce vyhovuje?**
 - a) Rychlé tempo a dynamika.
 - b) Strukturované a cíl orientované úkoly.
 - c) Klidné prostředí bez tlaku.
 - d) Detailní analýza a promyšlený přístup.

8. **Co děláte, když čelíte stresující situaci?**
 - a) Snažím se zůstat pozitivní a odvést pozornost jinam.
 - b) Ihned se pustím do řešení a soustředím se na výsledek.
 - c) Zachovávám klid a snažím se situaci přizpůsobit.
 - d) Přemýšlím o všech možných scénářích a hledám nejlepší řešení.

9. **Jak se chováte na večírku nebo společenské akci?**
 - a) Bavím se s mnoha lidmi a užívám si atmosféru.
 - b) Diskutuji o zajímavých tématech a vytvářím nové kontakty.
 - c) Jsem spíše v pozadí a užívám si pozorování ostatních.
 - d) Mám tendenci hledat klidný kout a vyhýbat se velkým skupinám.

10. **Jak reagujete na žádost o pomoc?**
 - a) Ochotně souhlasím a snažím se pomoci.
 - b) Souhlasím, pokud je to v souladu s mými cíli.
 - c) Rád pomohu, pokud mě to příliš nezatíží.
 - d) Souhlasím, ale nejprve si vše dobře rozmyslím.

11. **Co vás nejvíce motivuje?**
 - a) Možnost sdílet zážitky s ostatními.
 - b) Dosažení jasných výsledků a úspěch.
 - c) Klidné prostředí a stabilita.
 - d) Smysluplná práce a hlubší poznání.

12. **Jaký je váš přístup k plánování?**
 - a) Plánování mě nebaví, raději improvizuji.
 - b) Rád/a plánuju vše do detailu.
 - c) Plánuju jen to nejnnutnější, abych měl/a jistotu.
 - d) Plánuju pečlivě, ale trávím tím hodně času.

13. **Jak reagujete na nové výzvy?**
- Přijímám je s nadšením, rád/a zkouším nové věci.
 - Beru je jako příležitost prokázat své schopnosti.
 - Nejprve zvažuju, jestli to stojí za námahu.
 - Zkoumám všechny aspekty, než se rozhodnu.
14. **Co je pro vás nejdůležitější ve vztazích?**
- Společné zážitky a zábava.
 - Podpora a jasná komunikace.
 - Stabilita a harmonie.
 - Hluboké porozumění a emocionální propojení.
15. **Jak reagujete na nečekané problémy?**
- Snažím se zůstat v klidu a improvizovat.
 - Ihned přebírám iniciativu a problém řeším.
 - Počkám, až se situace uklidní, a teprve potom reaguji.
 - Nejprve vše zanalyzuji, než udělám krok.
16. **Jaký máte přístup k učení nových věcí?**
- Rád/a se učím prostřednictvím zkušeností.
 - Rychle se učím, pokud to vede k cíli.
 - Učím se pomalu, ale systematicky.
 - Studuju do hloubky, abych plně porozuměl/a.
17. **Jak řešíte situace, kdy někdo z vašeho okolí potřebuje podporu?**
- Ihned nabízím svou pomoc a snažím se rozveselit.
 - Nabízím konkrétní rady a podporu.
 - Klidně naslouchám a snažím se uklidnit situaci.
 - Poskytuji hlubokou emocionální podporu.
18. **Co vám přináší největší radost?**
- Dobrá společnost a nové zážitky.
 - Dosažení významného cíle.
 - Klidný den bez stresu.
 - Smysluplná činnost a hlubší poznání.
19. **Jak reagujete na monotónní úkoly?**
- Rychle ztrácím zájem a hledám něco zajímavějšího.
 - Beru je jako nutnou součást cesty k cíli.
 - Dokážu je vykonávat, pokud nejsou příliš stresující.
 - Mám rád/a monotónní práci, protože je uklidňující.
20. **Jak se cítíte při veřejném vystupování?**
- Užívám si to a rád/a bavím publikum.
 - Soustředím se na svůj výkon a výsledky.
 - Necítím se při tom pohodlně, ale zvládnu to.
 - Raději se tomu vyhýbám, protože mě to stresuje.

Každá odpověď má hodnotu 5 bodů. Výsledky ukazují, z jakých typů osobnosti skládá váš temperament. A v jakém procentuálním poměru podle jednotlivých typu.

- „a“ - **Sangvinik**.
- „b“ - **Cholerik**
- „c“ – **Flegmatik**
- „d“ – **Melancholik**

Více o jednotlivých temperamtech můžete přečíst v článku [Typy osobnosti dle temperamentu – sangvinik, cholerik, flegmatik a melancholik](#)